

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia adalah termasuk negara yang memasuki era penduduk yang berstruktur lanjut usia, dengan jumlah lanjut usia di Indonesia pada tahun 2004 sebesar 16.522.311 jiwa, tahun 2006 sebesar 17.478.282 jiwa dan pada tahun 2008 sebesar 19.502.355 jiwa (8,55% dari total penduduk sebesar 228.018.900 jiwa), sedangkan pada tahun 2020 diperkirakan jumlah lanjut usia sekitar 28 juta jiwa. (Menkokesra, 2008)

Negara Indonesia adalah Negara yang memiliki jumlah penduduk terpadat ke 4 dunia. Dengan jumlah penduduk yang lebih dari 200 juta jiwa pada tahun 2000, 7,5% atau 15 juta jiwa adalah penduduk lansia. Provinsi Jawa Tengah sebagai salah satu propinsi besar dengan jumlah penduduk lanjut usia pada tahun 2009 mencapai 9,77 angka tersebut jauh di atas jumlah lansia Nasional yang hanya 7,88. (Depkes, 2009)

Peningkatan jumlah lansia di Indonesia akan berpengaruh pada berbagai aspek kehidupan, baik secara fisik, mental dan ekonomi. Lansia lebih rentan terhadap berbagai macam penyakit karena semakin bertambahnya umur maka akan mengalami penurunan fungsi organ. Penurunan kondisi fisik yang berpengaruh pada kondisi mental dan psikososial pada lansia. Sehingga perlu adanya peran serta keluarga dalam membantu lansia tersebut melakukan aktivitasnya. Hal inilah yang memicu

bagi sebagian besar lansia mengalami gangguan pola tidur (Rafknowledge, 2004).

Menurut data Depkes Indonesia, lansia yang mengalami gangguan tidur per tahun sekitar 750 orang. Insomnia merupakan gangguan tidur yang paling sering ditemukan. Setiap tahun diperkirakan sekitar 35%-45% orang dewasa melaporkan adanya gangguan tidur dan sekitar 25% mengalami gangguan tidur yang serius. Prevalensi gangguan tidur pada lansia cukup tinggi yaitu sekitar 50 % pada tahun 2009. (Depkes RI, 2010)

Gangguan dalam pola tidur normal pada lansia mempunyai konsekuensi kesehatan yang penting, terutama mood dan fungsi kognitif. Masalah tidur dapat mengganggu pekerjaan, kehidupan berkeluarga dan masyarakat. Secara fungsional, perubahan tersebut mempunyai pengaruh pada kehidupan sehari-hari lansia.

Berdasarkan data kependudukan dari wilayah Desa Ngombakan Kecamatan Polokarto Kabupaten Sukoharjo, Desa Ngombakan memiliki 14 dukuh, Desa Ngombakan ini memiliki jumlah lansia berusia 60-90 tahun sebanyak 573 orang. Dari hasil observasi awal di Desa Ngombakan peneliti memperoleh data 13 dari 15 lansia masih mampu menjalankan aktivitas secara mandiri dan hanya 2 lansia yang mengalami gangguan fungsi fisik. Namun dari hasil wawancara tentang tingkat insomnia yang dialami lansia, 12 dari 15 lansia mengeluh mengalami gangguan tidur, berupa kesulitan memulai untuk tidur, sering terbangun dari dan kesulitan untuk tidur kembali.

Berdasarkan dari uraian latar belakang di atas maka perlu di adakan penelitian untuk mengetahui Hubungan Kapasitas Fungsional Fisik Dengan Tingkat Insomnia Pada Lansia di Desa Ngombakan Polokarto Sukoharjo.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas dan melihat bahwa begitu penting kesehatan di masa lanjut usia maka peneliti merumuskan “Apakah Ada Hubungan Kapasitas Fungsional Fisik dengan Tingkat Insomnia pada Lansia di Desa Ngombakan Polokarto Sukoharjo.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan kapasitas fungsional fisik dengan tingkat insomnia pada lansia di Desa Ngombakan, Polokarto, Sukoharjo

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat kapasitas fungsional fisik pada lansia di Desa Ngombakan, Polokarto, Sukoharjo
- b. Mengetahui tingkat insomnia pada lansia di Desa Ngombakan, Polokarto, Sukoharjo
- c. Mengetahui hubungan tingkat kapasitas fungsional fisik dengan tingkat insomnia pada lansia di Desa Ngombakan, Polokarto, Sukoharjo

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Ilmu profesi keperawatan

Sebagai bahan masukan dalam upaya meningkatkan profesionalisme dan mutu pelayanan keperawatan, khususnya perawatan gerontik.

b. Mahasiswa

Sebagai aplikasi dari kebutuhan dasar manusia yaitu kebutuhan tidur terutama pada lansia.

c. Dinas kesehatan terkait

Sebagai bahan pertimbangan dalam meningkatkan kesehatan bagi lanjut usia.

2. Manfaat praktis

a. Bagi peneliti

Meningkatkan keilmuan penulis dalam penelitian selanjutnya.

b. Bagi lanjut usia

Meningkatkan kesehatan dalam pemeliharaan tidur untuk memulihkan fungsi tubuh secara optimal.

c. Bagi masyarakat

Dapat mengetahui dan memahami bahwa lansia lebih beresiko terhadap gangguan tidur baik sebagai proses penuaan maupun faktor resiko lainnya.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian yang berhubungan dengan yang dilakukan penelitian adalah:

1. Herawati (2009) meneliti tentang “Hubungan Tingkat *Activity of Daily Living* (ADL) Dengan Kejadian Insomnia pada Lansia di Desa Pucangan Kecamatan Kartosuro Kabupaten Sukoharjo”. Penelitian ini merupakan jenis Deskripsi korelasi dengan rancangan yang digunakan adalah cross sectional. Hasilnya dari analisis penelitian menunjukan semakin tinggi tingkat ADL, maka semakin rendah kejadian insomnia pada lansia di Desa Pucangan Kecamatan Kartosuro Kabupaten Sukoharjo.

Rachmawati (2006) meneliti tentang “Nyeri musculoskeletal dan hubungannya dengan kemampuan fungsional fisik pada lanjut usia”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui karakteristik nyeri musculoskeletal dan hubungannya dengan kemampuan fungsional fisik. Desain penelitian ini potong lintang dilaksanakan di Kecamatan Mampang Jakarts Selatan pada bulan Desember 2005- Januari 2006. Sebanyak 225 lansia ikut serta dalam penelitian ini. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara menggunakan kuesioner yang mencakup karakteristik responden. Hasil dari analisis penelitian ini menunjukkan adanya korelasi yang lemah antara rasa nyeri dan beberapa aspek kemampuan fungsional fisik (aspek tranfer dari tempat tidur, kursi, kursi roda, transfer ke toilet, transfer ke kamar mandi, serta kemampuan memecahkan masalah).